

Gesamtzeit: 1 h 20 min Aktivzeit: 20 min Zubereitung: einfach

Zutaten 4 Personen

1.4 kg Gitzi-Voressen gemischt

50 g Olivenöl

100 g Butter

50 g Weisswein

15 St Knoblauchzehen

Salz

Thymian- und Rosmarinzweig

Nährwert Portion

(ohne Kartoffeln) 560 kcal

57 g Eiweiss

6 g Kohlenhydrate

33 g Fett

Zubereitung

- Gitzifleischstücke salzen. Im Bratgeschirr in Olivenöl anbraten, 50 g Butter dazugeben und 25 Minuten im Ofen bei 180 Grad braten. Mit Weisswein ablöschen und weitere 15 Minuten bei 160 Grad braten. Dabei das Fleisch alle 5 Minuten mit dem Saft übergiessen. Knoblauchzehen und restliche Butter dazugeben, 15 Minuten weiterbraten und weiterhin mit dem Saft übergiessen. Kräuterzweige dazugeben und nochmals 5 Minuten braten. Das Fleisch entnehmen, in einer Platte oder Schüssel warm stellen.
- 3/4 vom Fett abschütten. Bratensatz mit 2 dl Wasser ablöschen, in Pfanne absieben. Einreduzieren und das Gitzi damit übergiessen. Mit Thymian- und Rosmarinzweig dekorieren

Beilagen:

Kartoffelstock oder Bratkartoffeln

Weissbadstrasse 86 Appenzell Steinegg Al Telefon 071 787 36 35 Bahnhof Hauptstrasse 21 Speicher AR Telefon 071 780 01 19 www.appenzellerfleisch.ch



